

Einleitung

Eltern wollen mit ihren Kindern möglichst viel richtig bzw. gut machen. Da ihr erstes Kind jedoch nicht selten das erste Baby überhaupt ist, das sie in ihren Armen halten, haben sie ein großes Informationsbedürfnis: Sie informieren sich in Büchern, im Internet und im Fernsehen, und sie holen sich Rat von bekannten und befreundeten Müttern und Vätern, von ihren Eltern oder auch von Fachleuten. Die Flut an verfügbaren Informationen führt leicht dazu, dass die frischgebackenen Eltern den Wald vor lauter Bäumen nicht mehr sehen und gar nicht unterscheiden können, welche Informationen, Tipps und Meinungen tatsächlich wichtig oder gar »richtig« sind. So machen sich manche Eltern möglicherweise Gedanken darüber, mit welchem Brei sie das Zufüttern starten sollten, statt den richtigen Zeitpunkt dafür abzapassen – was tatsächlich viel wichtiger wäre.

Eltern suchen auch – gerade, wenn sie von teilweise widersprüchlichen Informationen überrollt werden – Orientierung an Vorbildern: Sie schauen, wie es andere Eltern in Nachbarschaft und Verwandtschaft oder im Freundeskreis so machen, nicht zu vergessen der unbewusste Modellcharakter von Geschichten, Filmen, bekannten Persönlichkeiten und Ähnlichem. Von überall her werden dann leider auch Verhaltensweisen und Ansichten übernommen, die nicht gut bzw. nicht förderlich für die Entwicklung des Kindes sind. Unglücklicherweise tragen diese Eltern als Vorbild für andere Eltern somit dazu bei, dass sich diese Dinge weiterverbreiten und immer selbstverständlicher werden. Ein Beispiel hierfür: Plötzlich werden alle Kinder im Kinderwagen mit Blick nach vorn geschoben. Das hat allerdings keinerlei Vorteile, sondern nur Nachteile für das Kind. Aber die meisten Eltern schieben ihr Kind auf diese Weise, sobald es sitzen kann. In meinen Gesprächen mit Eltern im Geburtshaus Hamburg werde ich oft gefragt, ab wann es denn nun gut sei, das Kind nach vorn schauen zu lassen. Die Eltern können sich also gar nicht vorstellen, dass dieses Vorwärts-Schieben an und für sich und im gesamten »Schiebealter«

nicht empfehlenswert ist – so selbstverständlich und allgegenwärtig ist es für sie geworden.

Dass Eltern ihre Kinder nicht immer so gut begleiten und unterstützen, wie sie es eigentlich möchten, zeigt sich oftmals auch in – häufig unbewusst – verinnerlichteten Konzepten über die Entwicklung von Kindern, über deren Empfindungen, Motive und Möglichkeiten und über die »Erziehung«, die sie angeblich von uns brauchen. Diese Konzepte erschweren die Bewertung und Gewichtung von Informationen und die Entscheidung für geeignete Vorbilder.

Dieses Buch ist aus einem Vortrag für sogenannte »Offene Themenabende« im Geburtshaus Hamburg entstanden. Gemeinsam mit einer ehemaligen Kinderkrankenschwester, die inzwischen seit vielen Jahren als Homöopathin vor allem mit Babys und Kleinkindern und deren Müttern arbeitet, wollte ich junge Eltern vor Fehlern bewahren, die einerseits gravierend, andererseits völlig vermeidbar sind.

Diese Fehler hatten wir als Mütter teilweise mit unseren eigenen Kindern gemacht, da wir damals noch nicht unseren beruflichen Erfahrungshintergrund und das Fachwissen hatten, um es besser zu wissen. Bei unserer Arbeit stoßen wir zudem immer wieder auf eben diese Fehler: Meine Kollegin in ihrer Praxis, ich am Institut in der Entwicklungsdiagnostik und Elternberatung, wenn Eltern ihre Geschichte mit ihren Babys und kleinen Kindern erzählen. Immer wieder hören wir die Frage, die auch wir uns damals immer wieder stellten: »Warum hat mir das denn keiner vorher gesagt!?!« Offenbar fehlt es Eltern nach wie vor an wesentlichen Informationen und Orientierung, sodass sie immer noch unreflektiert irreführende oder falsche Konzepte übernehmen.

Ziel dieses Buches ist es, häufig gemachte und zugleich relevante Fehler im Umgang mit Babys und kleinen Kindern vermeiden zu helfen. Die positive Resonanz der jungen Eltern, mit denen ich im Geburtshaus sprechen konnte, haben mich dabei ermutigt, Fehler auch als solche zu bezeichnen.

Eltern, vor allem junge Mütter, werden heutzutage dahingehend bestärkt, dass sie alles richtig machen, dass sie eine gute Mutter sind, dass sie kompetent sind und ihrer inneren Stimme trauen können, dass es nicht an ihnen liegt, wenn ihr Baby schreit usw.

Diese Form der Bestärkung hat selbstverständlich in weiten Bereichen ihre Berechtigung. Allerdings halte ich wenig davon, die Grenzen dieses Grundvertrauens in elterliche Kompetenzen nicht aufzuzeigen und aus fachlicher Sicht eindeutig ungünstiges Verhalten nicht auch als Fehler klar zu benennen. Eltern, und auch junge Mütter, haben ein Bedürfnis nach und ein Recht auf Aufklärung, und ich traue es ihnen absolut zu, mit Fehlern umzugehen und sich so als Eltern zu entwickeln. Nie geht es dabei um Perfektion. Als Eltern müssen wir damit leben, mit unseren Kindern Fehler gemacht zu haben und zu machen, unter Umständen auch gravierende. Es geht darum, es möglichst gut gemacht bzw. das Beste gegeben zu haben, zumindest in den Punkten, auf die es ankommt.

Grundlage für die Identifikation häufig gemachter und relevanter Fehler ist einerseits mein Fachwissen aus Psychologie, Pädagogik und Hirnforschung, andererseits mein langjähriges Erfahrungswissen aus meiner Arbeit in der Entwicklungsdiagnostik und Elternberatung im Bernard Lievegoed Institut in Hamburg. Hinzu kommt das Fach- und Erfahrungswissen von Kolleg*innen aus der Physiotherapie, Ergotherapie, Physiologie und Medizin, mit denen ich regelmäßig zusammenarbeite, und von Erzieher*innen und Lehrer*innen, mit denen ich in unseren Weiterbildungen im Institut stets im Austausch stehe. Und auch wenn das Buch nicht aus dieser Perspektive geschrieben ist, so hat der anthroposophische Blickwinkel des Bernard Lievegoed Instituts mein eigenes Verständnis für die Themen, um die es hier geht, doch maßgeblich mit beeinflusst.

Zum Aufbau des Buches: Im I. Teil des Buches vermittele ich wesentliches Grundwissen über die Entwicklung von Babys und Kleinkindern, damit Sie die beiden folgenden Teile des Buches besser verstehen können.

Im II. Teil greife ich verbreitete falsche Konzepte und Irrtümer über Kinder und ihre Entwicklung auf und widerlege sie.

Im III. Teil, der auch für sich gelesen werden kann, gibt es konkrete Dos and Don'ts für den Alltag mit Kind, mit denen sich Fehler im obigen Sinne vermeiden lassen.

Die illustrierenden Fallbeispiele handeln zum Teil von älteren Kindern und zeigen auf, wie sich ungünstiges Verhalten im Laufe der Entwicklung auswirken kann – eine Perspektive, die ich in der Elternberatung häufig habe, die Eltern von Babys bzw. Kleinkindern leider aber meist nicht zugänglich ist.



Einschub: Mama, Papa und Eltern

Wie an einigen Stellen des Buches herauszulesen sein wird, kann jede erwachsene Person eine elterliche Bezugsperson für ein Baby oder Kleinkind sein bzw. werden. Und selbstverständlich gilt das z. B. unabhängig von ihrem Verwandtschaftsgrad, ihrem Geschlecht oder ihrer Geschlechtsidentität.

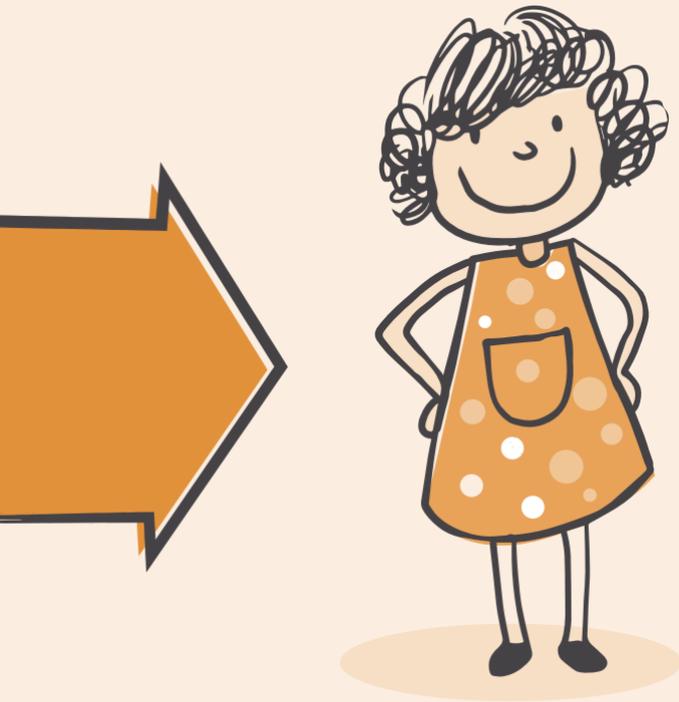
Gleichzeitig ist es Fakt, dass die allererste und allerwichtigste Bezugsperson im Regelfall die Mutter ist. Und das ist – falls diese feinfühlig und verlässlich ist – auch gut so: Denn die Mutter hat durch die Schwangerschaft bereits eine Bindung zum Baby aufgebaut. Das Baby kennt bereits Mamas Stimme, Herzschlag, Geschmack bzw. Geruch. Und beide haben eine enge körperliche Bindung, die in der Stillbeziehung ihre Fortsetzung findet.

Ebenso ist es Fakt, dass der Vater meistens die zweitwichtigste Bezugsperson ist. Und auch das ist gut so: Er kann die kleine »Dyade« Mama–Kind unterstützen und schützen und nach und nach – sofern auch er feinfühlig und verlässlich ist – eine intensive Bindung zum Kind aufbauen.

Im Regelfall haben Mama und Papa etwas unterschiedliche Rollen in Bezug auf das Kind: Während Mamas eher dazu neigen, fürsorglich und beschützend/bewahrend zu sein, haben Papas eher die Tendenz, die Kinder an Herausforderungen und Grenzen heranzuführen. Und auch das ist gut so, weil es sich wunderbar ergänzt.

Neben diesen »Regelfällen« und allgemeinen Tendenzen gibt es selbstverständlich eine Unmenge an Variation, sei es in der Familien- oder Paarkonstellation, in der sexuellen Orientierung oder sexuellen Identität der Elternteile, im Charakter der Elternteile, im Lebensentwurf oder schlicht in dem, was das Schicksal mit sich bringt. Und glücklicherweise sind unsere Kinder so anpassungsfähig, dass sie unter vielen verschiedenen Bedingungen gesund und glücklich groß werden können.

In jedem Falle sind in diesem Buch mit »Mama« und »Papa« und mit »Eltern« immer alle gemeint, die zu den ersten und engsten Bezugspersonen des Babys und Kleinkindes zählen.



1.

Was wirklich
wichtig ist zu wissen

Besonderheiten von Menschenkindern

Frühgeborene mit standardisierter Erstausrüstung

Menschenkinder sind neurophysiologisch unreif, wenn sie auf die Welt kommen. Verglichen mit der Reife von neugeborenen Schimpansenbabys z.B. fehlen ihnen sieben Monate. So erreichen sie wesentliche motorische (z.B. das »Gehen«) und kommunikative (z.B. die »Sprache«) Meilensteine deutlich später.

Unsere Kinder werden also eigentlich zu früh geboren. In der Forschung werden sowohl das durch den aufrechten Gang enger gewordene Becken der Mütter als auch der im Laufe der Evolution immer größer werdende Kopf der Babys dafür verantwortlich gemacht.

Im Vergleich zu anderen Säugetieren fällt folgerichtig bei Menschenkindern auf, dass sie eine lange Kindheit haben. Sie bleiben verhältnismäßig lange von ihren Eltern abhängig und brauchen sehr lange, bis sie alle Fähigkeiten für ein eigenständiges Leben entwickelt haben. Erst mit etwa 14 Jahren beginnt die Fähigkeit zu eigenverantwortlichem Entscheiden und Handeln auszureifen. Interessanterweise weiß unser Strafrecht darüber Bescheid: Mit 14 Jahren ist das Kind zwar strafmündig, bis zum 21. Lebensjahr wird jedoch noch das Jugendstrafrecht angewandt. So lange dauert es nämlich, bis junge Menschen nicht mehr auf Unterstützung und Begleitung ihrer Bezugspersonen angewiesen und tatsächlich in der Lage sind, eigenverantwortlich zu handeln.

Alle diese im Grunde genommen zu früh auf die Welt gekommenen Neugeborenen sind von Anbeginn der Menschheit und auf jedem Kontinent im Wesentlichen gleich. Sie alle werden ohne Kleidung am Körper und ohne Kenntnis der kulturellen Gegebenheiten geboren. Sie alle sind überwältigt von den ungefilterten Geräuschen, dem grellen Licht, dem Zug der Schwerkraft auf der festen Unterlage, den Berührungen auf der Haut, der plötzlichen Bewegungsfreiheit der Arme und Beine. Kein Baby ist auf Straßenlärm, Bildschirme, Handys,

Fertiggerichte und andere Errungenschaften des modernen Lebens vorbereitet. Stattdessen haben alle Babys dieselben Bedürfnisse, Interessen und Fähigkeiten – genau wie die Babys der Steinzeit, des Mittelalters oder der 1950er-Jahre. Sie alle brauchen den gleichen Schutz, die gleiche Liebe und Geborgenheit, die gleiche Nahrung. Sie alle brauchen die gleichen Möglichkeiten, sich ihren Körper und die Welt zu eigen zu machen. Und sie alle schreien »mit dem ganzen Körper«, wenn diese Grundbedürfnisse nicht befriedigt werden, bzw. sind aufmerksam und interessiert oder schlafen friedlich, wenn diese Bedürfnisse befriedigt werden. Ebenso entwickeln sie sich alle – sofern gesund – prächtig, wenn ihre wesentlichen Bedürfnisse befriedigt werden, während sie »eingehen«, wenn dies nicht der Fall ist.

Selbstverständlich gibt es genetische Unterschiede und auch individuell verschiedene pränatale Vorerfahrungen. Dennoch werden alle Babys zunächst nur mit einer Art »standardisierter Erstausrüstung« geboren, die noch wenig festlegt. Das ermöglicht den Kindern im Folgenden, von ihrer individuellen Umwelt geprägt zu werden bzw. in ihre jeweiligen Lebensbedingungen, ihre Gesellschaft und Kultur, in ihre Zeit hineinzuwachsen. Diese große Anpassungsfähigkeit des Menschen hat über die Jahrtausende und in so vielen Regionen der Erde sein Überleben als Art gesichert.

Kleine Menschenkinder haben sechs existenzielle Grundbedürfnisse

Existenziell bedeutet, dass, wenn diese Bedürfnisse (oder auch nur eines davon) nicht ausreichend befriedigt werden, das Kind nicht gedeiht, krank wird oder sogar stirbt.

Die sechs Grundbedürfnisse sind:

- Das Kind hat physiologische Bedürfnisse, z. B. nach Essen, Trinken, Schlaf, Pausen, Bewegung, Wärme und frischer Luft.
- Das Kind hat das Bedürfnis, vor unangenehmen Reizen und möglichen Bedrohungen geschützt zu werden, z. B. vor Kälte, Hitze, Schmerz, Lärm oder grellem Licht.

- Das Kind hat das Bedürfnis, mit allen Sinnen wahrzunehmen: sich selbst – seine Hautgrenze, seine inneren vegetativen Prozesse, seine eigenen Bewegungen, seine Position im Raum und sein Verhältnis zur Welt – und die Welt, indem es diese sehen, hören, riechen, schmecken und betasten kann.
- Das Kind hat das Bedürfnis nach Selbstwirksamkeit. Es braucht also die Erfahrung, mit seinem Verhalten etwas bewirken oder verändern zu können.
- Das Kind hat ein Bindungsbedürfnis: Es möchte sich an eine oder mehrere Personen binden, die ihm emotional zugewandt sind, ihm Trost und Schutz geben und sicherstellen, dass alle seine existenziellen Bedürfnisse befriedigt werden.
- Das Kind hat ein Explorationsbedürfnis, es ist neugierig und möchte die Welt erkunden.

Kurz und knapp: Was braucht das Baby?

Betrachten wir die existenziellen Bedürfnisse unter dem Aspekt der (zu) frühen Geburt und langen Kindheit, kann das nur heißen: Das Baby braucht für eine lange Zeit – mindestens mehrere Monate – das Leben in etwa so wie in Mamas Bauch!

In Bezug auf die physiologischen Bedürfnisse: Es gibt jederzeit etwas Körperwarmes und Verträgliches zu essen und zu trinken, es ist immer mollig warm, für Sauerstoff ist gesorgt, Schlafen und Pause-machen ist jederzeit möglich.

In Bezug auf den Schutz vor unangenehmen Reizen: Die Geräusche sind gedämpft, es herrschen Temperaturen entsprechend der eigenen Körpertemperatur, das Licht ist schummrig, Berührungen sind immer angenehm.

In Bezug auf die Wahrnehmung mit allen Sinnen: Es gibt Berührung und Druck auf der Haut (enge Begrenzung), das Baby erlebt seine Müdigkeit und Wachheit, seinen Hunger und seine Sättigung, es wird im Arm geschaukelt, es kann Mama riechen und schmecken, es hört Papas Stimme ...

In Bezug auf die Selbstwirksamkeit: Mama und Papa kommen, wenn es schreit, und machen, dass es ganz schnell wieder (fast) so gut wird wie in Mamas Bauch.

In Bezug auf das Bindungsbedürfnis: Mama ist immer ganz nah und weiß, was gebraucht wird, um zu überleben und – besser noch – um sich wohlfühlen.

In Bezug auf das Explorationsbedürfnis: Das Baby erforscht sich und alles um sich. Es erforscht die Gesichter der Eltern. Es erforscht den allernächsten Umkreis: das Nestchen des Stubenwagens, den baumelnden Engel über dem Wickeltisch, das Bimmeln des Klangspiels, das aus dem Flur zu hören ist, das Licht, das durch die Gardine fällt ...

Kurz und knapp: Was braucht das Kleinkind?

Schauen wir auf das Kleinkind, so sind die Bedürfnisse an sich recht gleich geblieben, auch wenn sich die Art der Bedürfnisbefriedigung dem Alter entsprechend etwas verändert hat:

In Bezug auf die physiologischen Bedürfnisse: Es gibt in regelmäßigen Abständen ausreichend Nahrung und Trinken, es ist meistens warm, es gibt viel Bewegung an der frischen Luft, es gibt regelmäßige Schlafens- und Pausenzeiten.

In Bezug auf den Schutz vor unangenehmen Reizen: Die Geräusche sind nicht allzu laut, die Temperaturen nicht zu kalt oder heiß, das Licht nicht zu grell und Berührungen, z.B. von Mamas Händen oder der Kleidung, sind überwiegend angenehm.

In Bezug auf die Wahrnehmung mit allen Sinnen: Das Kind nimmt seinen Körper in seinen Grenzen, seinen inneren Prozessen, seinen Bewegungen und seiner Position im Raum immer besser wahr. Es riecht, schmeckt, sieht und hört Mama, Papa und alles, was es sonst zuhause gibt. Es riecht, schmeckt, sieht und hört den Weg zum Ententeich, den Fußweg zur nächsten Ecke, die Sandkiste auf dem Spielplatz. Alles wird angefasst und ertastet, damit es weiß, wie es sich anfühlt.